

GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN TERHADAP STATUS GIZI SISWA SD INPRES 2 PANNAMPU

DESCRIPTION OF KNOWLEDGE, ATTITUDE AND ACTION ON THE NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN SCHOOL SD INPRES 2 PANNAMPU

La Ode Abdul Malik Maulana¹, Saifuddin Sirajuddin², Ulfah Najamuddin²
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat²
Universitas Hasanuddin Makassar
(Email : Malikgrs14@yahoo.com/Telp: 085656314014)

ABSTRACT

Level of nutrition knowledge affects one's attitudes and behavior in the selection of food and will further affect the nutritional state of the individual concerned. This study aims to know the description of the knowledge, attitudes and actions of elementary school students Pannampu Instruction 2 to their nutritional status. This type of research is a descriptive survey. Sampling was carried out by sampling proportionally by the number of 82 samples from 104 populations. The data was collected primary data and secondary data, namely by distributing questionnaires and interviews with respondents. Primary data include information about knowledge, attitudes, and actions of the students obtained through questionnaires and interviews. Secondary data on the number of respondents, obtained from the school administration. The results showed that the level of knowledge of children about nutrition, adequate knowledge of 38 people (46.3%) and lack of knowledge of 44 people (53.7%). Attitudes of children about nutrition, most of the positive even as many as 79 people (96.3%) and negative attitudes 3 people (3.7%). As for action on child nutrition, both categories of 32 people (39%) and the category of less than 50 people (61%). Recommended to the school are expected to provide nutrition education to increase students' knowledge about nutritious balanced meals and organize catering for a snack or a healthy snack food. It is also desirable for students to familiarize themselves to breakfast before going to school. Keywords: Primary School Students, Knowledge, Attitude, Action, Nutritional Status

ABSTRAK

Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan tindakan siswa SD Inpres 2 Pannampu terhadap status gizi mereka. Jenis penelitian ini adalah survey yang bersifat deskriptif. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *proporsional* sampling dengan jumlah 82 sampel dari 104 populasi. Pengumpulan data dilakukan dengan data primer dan data sekunder yaitu dengan cara membagikan kuesioner dan wawancara langsung dengan responden. Data primer meliputi informasi tentang pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa diperoleh melalui kuesioner dan wawancara. Data sekunder mengenai jumlah responden, diperoleh dari bagian tata usaha sekolah. Data hasil penelitian diperoleh dengan observasi dan wawancara, kemudian diolah secara manual dan dengan menggunakan program *WHO AnthroPlus* dan *SPSS*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan anak tentang gizi, pengetahuan cukup yaitu 38 orang (46,3%) dan pengetahuan kurang 44 orang (53,7%). Sikap anak tentang gizi, sebagian besar positif yaitu sebanyak 79 orang (96,3%) dan sikap negatif 3 orang (3,7%). Adapun tindakan anak tentang gizi, kategori baik 32 orang (39%) dan kategori kurang 50 orang (61%). Disarankan kepada pihak sekolah diharapkan agar memberikan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai makanan bergizi seimbang dan menyelenggarakan catering khusus untuk snack atau makanan jajanan yang sehat. Diharapkan juga agar siswa dapat membiasakan diri untuk sarapan sebelum ke sekolah.

Kata Kunci : Siswa Sekolah Dasar, Pengetahuan, Sikap, Tindakan, Status Gizi

PENDAHULUAN

Indonesia masih menghadapi tantangan besar dalam bidang gizi, yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Makanan jadi “tidak sehat” yang melimpahnya dikemas secara sangat menarik, ditambah dengan pengertian salah tentang “4 Sehat 5 Sempurna” sebagai Gizi Seimbang memberikan kontribusi tidak kecil terhadap masalah gizi di Indonesia (Achadi,2010). Anak-anak pada usia sekolah merupakan periode yang sangat menentukan kualitas manusia pada masa dewasa (Krianto, 2009). Anak usia sekolah (6-21 tahun) merupakan sasaran pembinaan kesehatan yang sangat strategis untuk mempersiapkan generasi penerus yang sehat, mandiri, produktif, berkualitas, tangguh dan mampu bersaing secara global. Jadi perbaikan gizi anak sekolah dasar khususnya merupakan langkah strategis karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan SDM berkualitas (Johari, 2008).

Makanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Purtianingsih, 2010). Berbagai faktor mempengaruhi pemilihan makanan individu maupun keluarga. Secara garis besar, dikelompokkan faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan menjadi tiga determinan, yaitu karakteristik individu, makanan, dan lingkungan (Azrimaidaliza, 2011). Asupan makanan tidak sesuai dapat menyebabkan kekurangan gizi pada anak, baik gizi kurang dan gizi lebih (obesitas) (Wati, 2011).

Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Keadaan gizi yang rendah pada suatu wilayah akan menentukan tingginya angka prevalensi kurang gizi secara nasional. Pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi (Rosa, 2011).

Upaya pendidikan gizi di sekolah berpeluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan tentang gizi di kalangan masyarakat karena siswa sekolah diharapkan dapat menjadi jembatan bagi guru dalam menjangkau orang tuanya. Guru sebagai tenaga pendidik dalam proses belajar-mengajar mempunyai pengaruh terhadap anak-anak didiknya yang kadang-kadang lebih dituruti daripada orang tua. Materi pelajaran gizi yang diberikan harus menyajikan kenyataan atau masalah yang dibutuhkan murid. Informasi gizi perlu dinyatakan dalam istilah-istilah sederhana dan mudah dikenal pula sehingga mampu menggunakan pengetahuan tersebut secara

efektif (Dewi,dkk, 2011). Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, sikap dan perilaku terhadap gizi adalah dengan memberikan pendidikan gizi selama awal kehidupan (Zulkarnain, dkk., 2006).

Ketidaktahuan tentang bahan makanan dapat menyebabkan pemilihan makanan yang salah dan rendahnya pengetahuan gizi akan menyebabkan sikap masa bodoh terhadap makanan tertentu (Romdiyatin, 2001). Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian tentang pengetahuan, sikap dan tindakan siswa terhadap status gizi di SD Inpres 2 Pannampu Kota Makassar.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dilakukan di SD Inpres 2 Pannampu yang berada di jalan Pannampu, Makassar, dengan alasan pada survey awal,banyak dijumpai siswa-siswi yang memiliki status gizi kurang. Jenis penelitian yang digunakan adalah survei yang bersifat deskriptif untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan siswa terhadap status gizi. Pengetahuan, sikap dan tindakan adalah variabel independen dan status gizi adalah variabel dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SD Inpres 2 Pannampu kelas IV dan kelas V yang berjumlah 104 siswa. Total sampel sebesar 82 siswa yang diambil, pengambilan sampel dari tiap-tiap kelas dilakukan dengan cara *proporsional sampling* sehingga diperoleh 39 siswa dari kelas IV, dan 43 siswa dari kelas V. Untuk mengambil 82 sampel dari masing-masing kelas sesuai dengan proporsi tersebut dilakukan dengan cara *random sampling*. Data yang dikumpulkan berupa data primer dan sekunder. Data primer berupa pengetahuan, sikap dan tindakan siswa yang diambil dengan wawancara menggunakan kuesioner dan observasi langsung. Sedangkan data sekunder berupa gambaran umum sekolah dan jumlah siswa yang diperoleh dari bagian tata usaha di sekolah. Data hasil penelitian diperoleh dengan observasi dan wawancara, kemudian diolah secara manual dan dengan menggunakan program *WHO AnthroPlus* dan *SPSS*.

HASIL

Analisis Karakteristik Responden

Sebaran sampel terbanyak dari kelas V yaitu 43 orang (52,4%), dan kelas IV 39 orang (47,6%). Sebagian besar sampel berjenis kelamin perempuan, yaitu 46 orang (56,1%), sementara yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 36 orang (43,9%). Sebagian besar responden bestatus sosial ekonomi menengah ke bawah. Hal ini dapat dilihat dari pendidikan orang tua responden yang sebagian besar hanya tamat SMP, dan bekerja sebagai buruh harian dan ibu rumah tangga.

Berdasarkan status gizi (Z-Score IMT/U) responden yang gemuk sebanyak 4 orang (4,9%), normal 54 orang (65,9%), yang kurus dan sangat kurus masing-masing 12 orang (14,6%). Adapun menurut pengukuran status gizi (TB/U) responden yang pendek sebanyak 32 orang (39%), dan yang normal 50 orang (61%) (Tabel.1).

Analisis Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Terhadap Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui tingkat pengetahuan responden tentang gizi yaitu 46,3% termasuk dalam kategori **“cukup”** dan 53,7% termasuk dalam kategori **“kurang”**. Sedangkan sikap responden tentang gizi yaitu 96,3% termasuk dalam kategori **“positif”** dan 3,7% yang termasuk dalam kategori **“negatif”**. Adapun tindakan gizi responden yaitu 39% yang termasuk dalam kategori **“baik”** dan 61% yang termasuk dalam kategori **“kurang”** (Tabel.1).

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan gizi dan keamanan pangan siswa berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan pangan yang dibeli, dengan pengetahuan gizi dan keamanan pangan yang baik, diharapkan siswa akan memilih pangan yang aman dan bergizi (Purtiantini, 2010). Menurut hasil penelitian diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden lebih banyak yang kurang yakni 44 orang (53,7%), sedangkan tingkat pengetahuan yang cukup hanya 38 orang (46,3%). Pengetahuan responden kebanyakan kurang, hal ini disebabkan masih kurangnya informasi tentang gizi yang didapat dari sekolah dan lingkungan sekitarnya. Dari daftar pertanyaan yang diberikan, kebanyakan responden menjawab salah pada soal 10 yaitu “Makanan yang merupakan sumber protein adalah”, yakni sebesar 63 orang (76,8%). Hal ini tercermin dari asupan protein responden yang kurang (hasil recall). Sedangkan responden kebanyakan menjawab benar pada soal 5 yaitu “Apakah adik tahu makanan yang kurang bergizi”, yakni sebesar 76 orang (92,7%). Hasil penelitian yang diperoleh tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Romdiyatin (2001) di SD Muhammadiyah Wedi Kabupaten Klaten, pengetahuan gizi responden sebagian besar baik (66,67%). Pengetahuan gizi pada anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan mereka. Pengetahuan mengenai suatu objek tidak sama dengan sikap terhadap objek itu. Pengetahuan saja belum menjadi penggerak, seperti halnya pada sikap. Pengetahuan mengenai suatu objek menjadi sikap apabila pengetahuan itu disertai kesiapan untuk bertindak sesuai dengan pengetahuan terhadap objek tersebut (Notoatmojo, 2003).

Gambaran Sikap

Sikap itu masih merupakan reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka. Sikap gizi merupakan kecenderungan seseorang untuk menyetujui atau tidak menyetujui terhadap suatu pernyataan (*statement*) yang diajukan. Sikap merupakan suatu pandangan tetapi dalam hal ini masih berbeda dengan suatu pengetahuan yang dimiliki orang (Notoatmojo, 2003). Adapun sikap anak mengenai gizi yang positif sebanyak 79 anak (96,3%), dan sebanyak 3 anak (3,7%) mempunyai sikap negatif. Berdasarkan daftar pertanyaan yang diberikan dapat diketahui bahwa dari 10 pertanyaan mengenai sikap dalam pemilihan jajanan, responden paling banyak memiliki sikap positif pada soal no 1 “Apakah adik setuju kita sarapan setiap pagi”. Sedangkan responden lebih banyak memiliki sikap negatif pada soal no 5 “Makanan jajanan yang baik adalah jajanan yang tidak bergizi dan kurang memperhatikan kebersihan”. Sikap anak sebagian besar positif mengenai gizi meski rata-rata pengetahuan mereka tentang gizi masih kurang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anrina (2012) di SDN Sudirman 1 Kota Makassar, sikap anak tentang pemilihan makanan jajanan, sebagian besar positif (90,3%).

Sikap gizi selain terbentuk dari pengetahuan yang dimiliki, juga dipengaruhi oleh kebudayaan, kebiasaan makan di rumah dan lembaga pendidikan tempat anak bersekolah. Suatu kebiasaan makan yang teratur dalam keluarga akan membentuk kebiasaan yang baik bagi anak-anak. Pembiasaan makan pagi di rumah atau membawa bekal dari rumah adalah salah satu contoh pembiasaan yang baik. Anak-anak tidak dibiasakan jajan di warung kala mereka istirahat sekolah. Selanjutnya pola makan dalam keluarga harus juga diperhatikan, frekuensi makan bersama dalam keluarga, pembiasaan makan yang seimbang gizinya, tidak membiasakan makanan-makanan atau minuman manis, membiasakan banyak makan buah-buahan atau sayuran diantara waktu-waktu makan dsb. Lingkungan sekolah dapat membentuk kebiasaan makan bagi anak-anak (Rosa, 2011).

Sikap anak sudah terbentuk dan menjadi konsep mendasar berasal dari budaya dalam keluarga. Latar belakang keluarga anak di SD Inpres Pannampu II kebanyakan menengah ke bawah. Sosial ekonomi dan pendidikan orang tua kebanyakan masih kurang sehingga budaya yang diterapkan juga masih kurang (Rosa, 2011). Sikap adalah kecenderungan untuk bertindak (praktek), sikap belum tentu terwujud dalam tindakan, sebab untuk terwujudnya tindakan perlu faktor lain, yaitu antara lain adanya fasilitas atau sarana dan prasarana (Notoatmojo, 2003). Teori

di atas sesuai dengan hasil penelitian ini, dimana dapat diketahui bahwa lebih banyaknya responden yang memiliki tindakan dalam kategori kurang sementara sebelumnya telah disebutkan bahwa sikap responden mayoritas dalam kategori positif. Secara teori memang perubahan perilaku atau mengadopsi perilaku baru itu melalui proses perubahan Pengetahuan-Sikap-Tindakan. Beberapa penelitian telah membuktikan itu, namun penelitian lainnya juga membuktikan bahwa proses tersebut tidak selalu seperti di atas, bahkan dalam praktek sehari-hari terjadi sebaliknya (Notoatmojo, 2003). Seperti halnya pada penelitian ini diperoleh bahwa seseorang bisa berperilaku negatif meskipun sikapnya positif.

Gambaran Tindakan

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa tindakan anak mengenai gizi yang baik sebanyak 32 anak (39%), dan sebanyak 50 anak (61%) mempunyai tindakan yang kurang. Hasil penelitian menunjukkan sikap anak yang positif lebih banyak yang berperilaku tidak baik. Tindakan anak SD Inpres II Pannampu II ini juga dapat dilihat berdasarkan asupan zat gizi makro dan mikronya, sebagaimana dari hasil penelitian yang dilakukan Aldi Gilar Permana dan Muhammad Faisal (2012) di sekolah tersebut menunjukkan bahwa rata-rata asupan zat gizi makro maupun mikro dari responden masih kurang. Meskipun dari hasil penelitian diketahui bahwa 57% responden selalu sarapan di rumah sebelum berangkat ke sekolah tidak dapat menjamin bahwa mereka akan mengurangi jajan di sekolah. Hal ini dapat dilihat dari 82 responden 95,1% diantaranya sering jajan di sekolah. Bagi anak sekolah, meninggalkan sarapan membawa dampak yang kurang menguntungkan. Konsentrasi belajar di sekolah bisa buyar karena tubuh tidak memperoleh masukan gizi yang cukup. Sebagai gantinya, anak jajan di sekolah untuk sekedar mengganjal perut tetapi mutu dan keseimbangan gizi jadi tidak terjamin.

KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan anak tentang gizi, pengetahuan dalam kategori cukup yaitu 38 orang (46,3%) dan kurang 44 orang (53,7%). Sedangkan sikap anak tentang gizi, sebagian besar positif yaitu sebanyak 79 orang (96,3%). Adapun tindakan anak tentang gizi, dalam kategori baik sebanyak 32 orang (39%) dan kategori kurang 50 orang (61%)

SARAN

Bagi pihak sekolah, disarankan memberikan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai makanan bergizi seimbang dan menyelenggarakan catering khusus untuk snack atau makanan jajanan yang sehat. Sedangkan bagi para siswa, diharapkan agar dapat

membiasakan diri untuk sarapan sebelum ke sekolah. Bagi peneliti berikutnya, perlu mengadakan penelitian yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan, sikap dan tindakan anak tentang gizi

DAFTAR PUSTAKA

- Achadi, Endang, dkk. Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang Masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 2010; 5: 42-8
- Anrina, Vera. *Pengetahuan dan Sikap Siswa Terhadap Jajanan dan Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak Usia 9-11 Tahun di SDN Sudirman 1 Kota Makassar Tahun 2012*(Skripsi). Makassar : Universitas Hasanuddin ; 2012
- Azrimaidaliza & Purnakarya Idral. Analisis Pemilihan Makanan pada Remaja di Kota Padang Sumatera Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 2011 ; 6: 17-22
- Dewi, Anita Lusiya, dkk.,. *Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Usia Sekolah Melalui Pengoptimalan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PENJASKES) Menggunakan Media Ular Tangga*. Bogor : Institut Pertanian Bogor ; 2011
- Faisal, Muhammad. *Hubungan Asupan Gizi Mikro dengan Status Gizi Anak Kelas IV dan V SD Inpres 2 Pannampu Kecamatan Tallo Kota Makassar* (Skripsi). Makassar : Universitas Hasanuddin ; 2012
- Johari. Pengembangan dan Aplikasi Sistem Informasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Kabupaten Purwakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 2008; 2; 226-33
- Krianto, Tri. Perilaku Hidup Bersih Sehat dengan Pendekatan Partisipatif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 2009; 3; 254-8
- Notoatmodjo, S. *Prinsip-Prinsip Dasar Kesehatan Masyarakat*. Jakarta :PT Rineka Cipta ; 2003
- Permana, Aldi Gilar. *Hubungan Asupan Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Kelas IV dan V SD Inpres 2 Pannampu Kecamatan Tallo Kota Makassar* (Skripsi). Makassar : Universitas Hasanuddin ; 2012
- Purtiantini. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan dengan Perilaku Anak Memilih Makanan di SDIT Muhammadiyah Al Kautsar Gumpang Kartasura* (Skripsi). Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta ; 2010
- Romdiyatin, Iin. *Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Jajan pada Anak Sekolah di SD Muhammadiyah Wedi Kabupaten Klaten Tahun 2001* (Skripsi). Semarang : Universitas Diponegoro ; 2001
- Rosa, Revida. *Pengetahuan Gizi dan Keamanan Pangan Jajanan Serta Kebiasaan Jajan Siswa Sekolah Dasar di Depok dan Sukabumi*(Skripsi). Bogor : Institut Pertanian Bogor ; 2011
- Wati, Isti DP, dkk.,. Kemampuan Motorik Kasar Siswa Sekolah Dasar Penderita Obesitas. *The Indonesian Journal of Clinical Nutrition* 2011 ; 8
- ZulkarnainI, dkk.,.Pengaruh Pendidikan Gizi Pada Murid Sekolah Dasar Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Keluarga Mandiri Sadar Gizi di Kabupaten Indragiri Hilir. *The Indonesian Journal of Clinical Nutrition*2006; 3

LAMPIRAN

Tabel1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Siswa di SD Inpres Pannampu II Tahun 2012

Karakteristik	n = 82	%
Kelas		
4	39	47,6
5	43	52,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	36	43,9
Perempuan	46	56,1
Pendidikan Ayah		
Tidak pernah sekolah	1	1,2
Tidak tamat SD/MI	3	3,7
SD/MI	15	18,2
SMP/MTs/ sederajat	34	41,5
SMA/MA/ sederajat	27	32,9
S1	2	2,4
Pendidikan Ibu		
Tidak pernah sekolah	3	3,7
Tidak tamat SD/MI	2	2,4
SD/MI	24	29,3
SMP/MTs/ sederajat	25	30,5
SMA/MA/ sederajat	27	32,9
S1	1	1,2
Pekerjaan Ayah		
Petani	1	1,2
Pedagang/penjual	13	15,9
Buruh harian	20	24,4
PNS	2	2,4
Pegawai swasta	4	4,9
Tukang becak/gerobak	6	7,3
Supir	9	11,0
Tukang kayu	3	3,7
Nelayan	7	8,5
Pengrajin	6	7,3
Wiraswasta	11	13,4
Pekerjaan Ibu		
Pedagang/penjual	18	22,0
Buruh harian	5	6,1
Pegawai swasta	1	1,2
Pengrajin	4	4,9
Wiraswasta	10	12,2
IRT	44	53,7
Status Gizi (IMT/U)		
Sangat Kurus	12	14,6
Kurus	12	14,6
Normal	54	65,9
Gemuk	4	4,9
Status Gizi (TB/U)		
Pendek	32	39,0
Normal	50	61,0
Total	82	100%

Sumber : Data Primer 2012

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Pengetahuan, Sikap dan Tindakan tentang Gizi Siswa di SD Inpres Pannampu II Tahun 2012

Variabel	n	%
Pengetahuan Tentang Gizi		
Cukup	38	46,3
Kurang	44	53,7
Sikap Tentang Gizi		
Positif	79	96,3
Negatif	3	3,7
Tindakan Tentang Gizi		
Baik	32	39
Kurang	50	61
Total	82	100%

Sumber : Data Primer 2012